

デジタル
ガイド
第4弾

アカデミック・専門医による

花粉症・ちくのう症最新事情 『納得！治療のベストミックス』



NPO 花粉症・鼻副鼻腔炎治療推進会

since2013

目次

[P2. 花粉症治療・対策のベストミックスとは①](#)

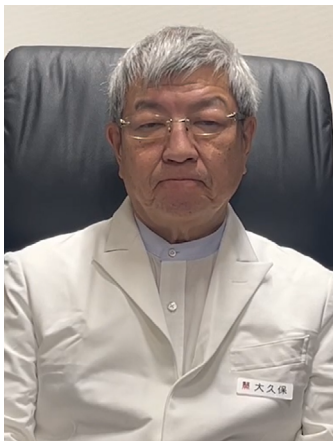
[P3. 花粉症治療・対策のベストミックスとは②](#)

[P4. 子どものアレルギー性鼻炎に舌下免疫療法](#)

[P5. 副鼻腔炎を防ぐには花粉症を治すこと！](#)

[P6. 副鼻腔炎の最新治療法](#)

[P7. 副鼻腔炎治療のステップ](#)



大久保公裕 先生

オオクボ キミヒロ

日本医科大学大学院医学研究科 頭頸部感覚器科学分野 教授
NPO「花粉症・花副鼻腔炎治療推進会」理事長
免疫アレルギー性疾患を専門に研究し、花粉症治療の第一人者。
国や企業と共同でアレルギー性鼻炎の新しい治療法を
研究開発している。

松根彰志 先生

マツネ ショウジ

日本医科大学医学部 耳鼻咽喉科学 教授
NPO「花粉症・花副鼻腔炎治療推進会」事務局長
難治性副鼻腔炎（好酸球性副鼻腔炎など）の研究をし、
副鼻腔炎のカテーテル治療にも積極的に取り組んでいる。
日本医科大学武蔵小杉病院耳鼻咽喉科部長も務める。



NPO 花粉症・鼻副鼻腔炎治療推進会

花粉症治療・対策の ベストミックスとは①



花粉症の治療法

花粉症治療は、飲み薬・点鼻薬・点眼薬などの薬物療法が中心です。
 飲み薬で最も頻用されるのは、第二世代抗ヒスタミン薬と呼ばれるものです。
 その特徴は、眠くなりづらく副作用が少ない・長期で飲める・1日1回か2回の服用といった点があげられます。
 そして、一部はすでにOTC（市販薬）（*）として売られています。
 処方薬・OTCとも種類が複数あるので、自分に合う薬を医師と相談しながらうまく選択する必要があります。
 第二世代抗ヒスタミン薬以外では、抗ロイコトリエン薬がよく使用されます。この薬は、鼻づまりの症状がみられる人に使われることが多いのですが、気管支喘息の治療薬でもあります。鼻噴霧用ステロイド薬という点鼻薬も医療機関で処方されますが、これは継続的に使用することで効果を発揮する点鼻薬です。鼻づまりがひどい方にはお勧めです。

（*）ドラッグストアなどで処方せん無しに購入できる医薬品



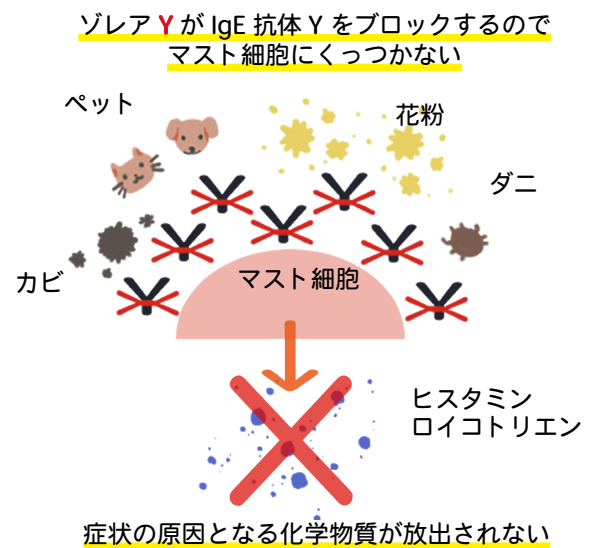
花粉症の抗体治療法とは

近年、1日にくしゃみ・鼻かみが10回以上、鼻づまりや目のかゆみがひどい「重症花粉症」の人に、抗体治療ができるようになりました。

アレルギー反応は、体の中にあるアレルギーに対するIgE抗体と、アレルギーの原因物質が結合して起こります。重症花粉症の人はこの反応が重くなっています。よって、IgE抗体を無効にするため、これにくっつく別の抗体（一般名「オマリズマブ」、製品名「ゾレア」という薬）を注射によって体に入れます。この薬がIgE抗体にくっつくと、原因物質がIgE抗体にくっつけないので、肥満細胞がヒスタミンやロイコトリエンを出せなくなり、アレルギーが全体的によくなります。これが抗体治療です。

「オマリズマブ」という薬剤は、重症の気管支喘息・じんましんの治療にも使われているので、症例数が増えており、安全に使用できる薬です。

重症花粉症の人は、医師に相談してみるといいでしょう。



花粉症治療・対策の ベストミックスとは②



子どもの通年性アレルギー性鼻炎、治すには？

免疫療法のもうひとつの形として、舌下免疫療法があります。根本的に花粉症を治すことを目指す治療法ですが、花粉シーズンの直前から開始することはできません。今シーズン症状がひどかった人は、シーズン終了後に今後の生活を楽にするために舌下免疫療法を検討するといいでしょう。

レーザー治療は、花粉シーズン前に鼻粘膜をレーザーで焼いておきます。焼くとその部分はやけどになるから、表面がカサカサになり、花粉がくっつきなくなります。また、粘膜が引きつれたようになるので、鼻水が出にくくなったり腫れにくくなります。

このように、レーザー治療によって鼻の症状は抑えることが可能ですが、目には効果がないので、目の症状がひどい人は別の治療をしなければなりません。また、レーザーができるのは1シーズンにつき季節前1回だけに限られます。効果は翌年まで続かないので、毎年施術する必要があります。従って、大量飛散が予想される年のみレーザー治療をやるという選択肢もあるでしょう。



花粉症のセルフケア

自分で花粉を防御するには、マスク・眼鏡をするのが基本になります。花粉は朝、山から飛んで、昼間に都会に届きます。つまり、花粉飛散量は昼間10時から6時ぐらいまでが一番多いのです。朝と夜は比較的花粉の飛散量が少ないので、この時間に運動をするといいでしょう。

食べ物に関しては、緑黄色野菜などを含めてバランスよく食べることが肝心です。例えばバナナやヨーグルトなど、同じものを継続しても十分な効果は得られません。それらはあくまでも補助としてとらえてください。



	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月以降
飲み薬など			花粉飛び始め又は症状が出たら開始		GW頃まで継続		
抗体治療			注射1回ないし2回				
レーザー治療	花粉シーズン前1回						
舌下免疫療法	花粉シーズン前に開始		シーズン後も継続				

子どものアレルギー性鼻炎に 舌下免疫療法



子どものアレルギー性鼻炎の特徴

子どものアレルギー性鼻炎が増えています。花粉症は1998年は7.5%だったのが2019年には30.1%と、20年間で4倍に増加しました。5歳から9歳が一番発症しやすい年齢です。子どもの特徴は、目も鼻もまだ敏感でかゆくなりやすいにも関わらずすぐに掻いてしまい、真っ赤になるなど症状が悪化することです。アトピー性皮膚炎でも、子どもはかゆいと掻いてしまうから、大人になっても治らないケースも少なくありません。子どものうちにアレルギーが増悪すると、成人まで続いてしまう可能性があるのです。親御さんの中には、小さいうちから薬を飲ませたくないとお考えの方もいますが、子どものうちこそ薬をうまく利用して症状を抑え、将来アレルギーを重症化させないことが肝心です。



子どもの舌下免疫療法

子どもでも免疫療法は可能です。以前の免疫療法は注射で、子どもに向いていませんでしたが、今は舌下免疫療法（スギ花粉／ダニ）があります。アレルギーの原因物質でできた錠剤を、舌の下に1分間置きます。すると、それが解けて、あとは飲み込むだけです。1分間口の中に薬を保持できるのあれば、3歳、4歳の子どもでも治療が可能です。治療は3年程度必要ですが、その結果将来にわたって効果が持続すれば、生涯に使用する薬は大幅に減ります。

つまり、若いうちに免疫療法をやる方が、大人になってからやるよりも利得が大きいのです。



ダニの舌下免疫療法

子どもはミルクの吐きこぼしなどから、アトピー性皮膚炎になります。それから喘息になり、次にアレルギー性鼻炎になります。アレルギー性鼻炎の基本は、スギ花粉ではなく、ハウスダスト・ダニとされています。ハウスダスト・ダニは通年性のアレルギー原因物質で、長期にわたって症状が出るのが特徴です。従って、できれば早いうちに、根本的な治療を目指すダニの舌下免疫療法をやるといいでしょう。花粉もダニも両方同時に舌下免疫療法をやるのが可能ですので、医師に相談してみてください。



副鼻腔炎を防ぐには 花粉症を治す！



花粉症から副鼻腔炎になる？



花粉症がそのまま副鼻腔炎になるのではなく、花粉症含めたアレルギー性鼻炎の状態が、副鼻腔炎を引き起こしやすくします。

アレルギーという炎症状態は、ウイルスや細菌などばい菌がつきやすく、副鼻腔炎になりやすい状態なのです。

よって、副鼻腔炎を防ぐには、花粉症を含むアレルギー性鼻炎をきちんとコントロールする必要があります。

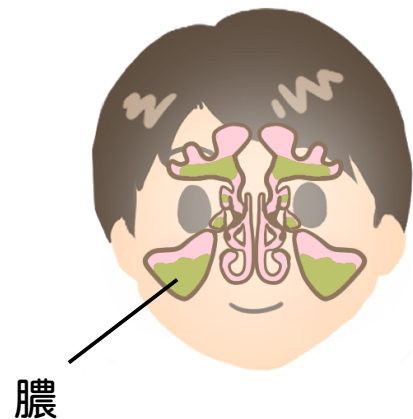
副鼻腔炎に波及しない・副鼻腔炎が増悪しないように、アレルギー性鼻炎・花粉症の治療はしっかり行ってください。

副鼻腔炎になったときは

患者さんには、最初にアレルギーの検査・副鼻腔炎の評価をします。その結果、根底にアレルギー・花粉症があると判断されれば、副鼻腔炎の薬を出すと同時にアレルギーの薬も処方します。

副鼻腔炎なので水っ鼻などのアレルギー特有の症状は出ていませんが、アレルギーの治療をしっかりと行って、その上に副鼻腔炎の治療ものせるイメージです。

副鼻腔炎



sanofi

副鼻腔炎の最新治療法 抗体治療とカテーテル治療

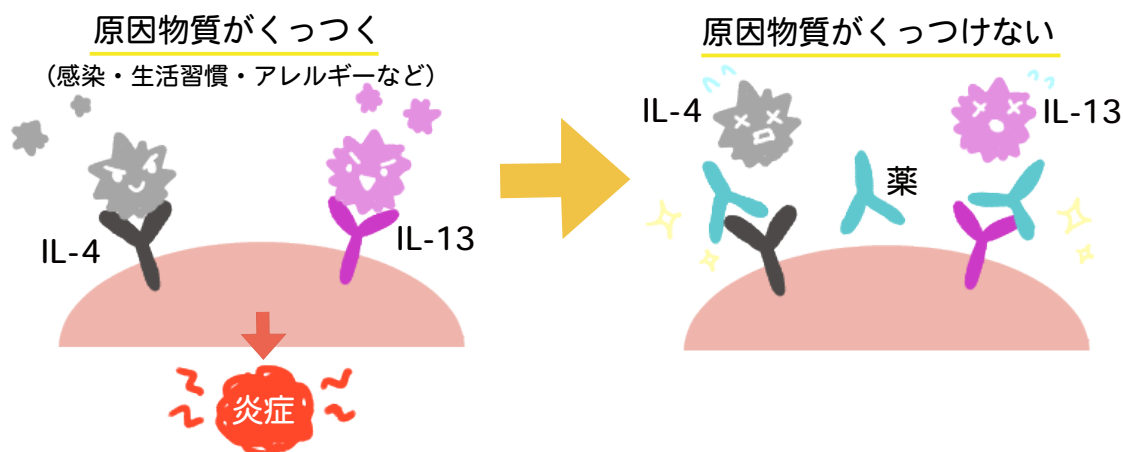


副鼻腔炎の最新治療法

最新治療法には、抗体治療薬があります。

抗体治療薬は、鼻の病気を起こす原因物質「サイトカイン」に対して、抗原抗体反応で抑え込む作用をもつ薬です。注射薬として使われています。

これまで副鼻腔炎の治療といえば、抗生物質や粘液溶解剤などの症状を抑え込む薬が基本でした。それに対して抗体治療薬は、副鼻腔炎の病気を起こしている原因物質にアプローチして治していくものです。つまり、原因物質を抗原とすれば、それを抑え込む抗体を外から投与し、免疫学の反応に基づいて症状が出ないようにします。

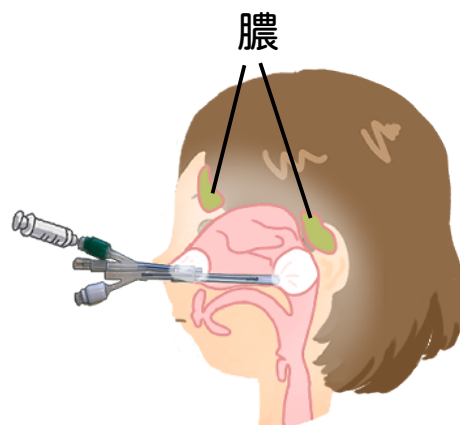


副鼻腔炎のカテーテル治療とは

副鼻腔炎の治療は、昔からある薬による治療が基本となりますが、それでダメなら内視鏡による鼻の手術を行うのが一般的です。しかしここ最近、その間をいく「副鼻腔炎のカテーテル治療」が大きく注目されています。

カテーテル治療は、鼻腔内にダブル・バルーンのカテーテルを挿入し、外から注射器で陰圧陽圧を加えることによって副鼻腔内にある粘液の排出をよくします。それと同時に、カテーテルから薬剤（ステロイド、抗炎症剤など）を注入して、副鼻腔内の蓄膿の原因を抑え込みます。

外来で全身麻酔なく行える治療で、保険診療が可能です。



副鼻腔炎治療用カテーテル

EntDib

株式会社ディヴインターナショナル



副鼻腔炎治療のステップ



薬による治療



カテーテル治療



内視鏡手術



抗体治療

治療の基本は、昔ながらの薬物療法です。

それでも治らない場合には、内視鏡手術を行います。

内視鏡手術をすることによって、病理の検査結果も出るので、副鼻腔炎の正しい評価ができます。

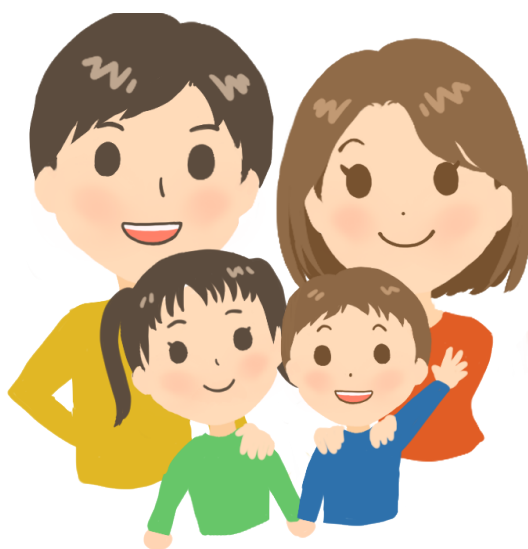
評価の結果、症状がある基準を超えると、再発しやすい難治性の副鼻腔炎と診断され、指定難病制度を活用した抗体治療を受けることが可能になります。

抗体治療は非常に高価なため、指定難病制度などの国の制度を活用しないと、治療を継続するのが難しいです。

もうひとつ、カテーテル治療があります。

鼻茸が多くある患者さんには難しいのですが、そうでない場合には、薬物療法で治らない場合に行います。カテーテル治療のメリットのひとつは、全身麻酔をしなくてもできる点で、高齢者や持病のある人でも可能です。

だいたい3回を1クールとして治療を施し、それでも改善が見られない場合には、内視鏡手術に移行します。





NPO 花粉症・鼻副鼻腔炎治療推進会のご紹介

当 NPO は、平成 25 年（2013 年）10 月に東京都庁への届け出などを完了して活動を開始しました。
対象は、スギ花粉症をはじめとするアレルギー性鼻炎や難治性の副鼻腔炎（蓄膿症）などお鼻の困りごと！
市民講座に加え、web や動画を用いた啓発活動に力を入れています。

- 目的 1. 市民の皆様へ、診療や研究に基づく大学病院発の正しい情報をお届けする。
- 目的 2. 研究活動や研究会開催、講演会などを支援する。



NPO 花粉症・鼻副鼻腔炎治療推進会 デジタルガイド第 4 号

編集責任者：松根彰志

発行日：2024 年 2 月 10 日

制作：株式会社キューアイ